2020 - 2021

Guía para Padres y Familia

SACRAMENTO STATE

Redefine the Possible

Acerca de este guía

Programa para Padres y Familia

Linea de ayuda para familias: (916) 278-3399
Correo electrónico: parentsfamilies@csus.edu
Pagina web csus.edu/parents

Lassen Hall 2205-O
6000 J Street
Sacramento, CA 95819

Haley Myers Dillon, Directora
(916) 278-4353
Haley.Myers@csus.edu

Facebook: SacState.Parents
Twitter: @SacState.Parents
Instagram: csus.families

SACRAMENTO
STATE

Tabla de contenido

Acerca de este guía 2

¡Bienvenidos padres y familia de Sac State! 5

Puntos de orgullo del campus 6

Perfil Del Campus. 8

El Programa de Padres y Familias 11

Padres Embajadores 14

Alojamiento 17

¡Bienvenidos padres y familia de Sac State!

Estimados miembros de la familia de Sacramento State,

Bienvenido a Sacramento State y a la familia Hornet. Estoy satisfecho que usted y su estudiante van a ser parte de nuestra universidad. Se que la primavera de 2020 a traido desafíos sin precedentes para familias, y estamos contentos que su estudiante ha decidido en seguir para delante en persiguiendo una educación superior en Sac State, durante tiempos inciertos, y durante circunstancias inusuales.

Normalmente, yo los invitaría a que se involucren con nuestros estudiantes y que participen en eventos en nuestra bella universidad, pero este no a sido un año normal, y no se puede decir cuando podremos estar juntos en nuestra universidad. Por ahora, yo los invito a que exploren nuestra universidad con actividades virtuales y grupos en el web. Su estudiante va a ser parte de la familia Hornet, y estamos esperando nuestra próxima reunión de familia.

Yo entiendo que mandando a su estudiante a la universidad siempre es un tiempo de preocupación, ahora y durante tiempos mejores. Los invito a que se queden involucrados y activos en Sac State para que quien somos y cuanto nos importan su estudiante. Nuestra universidad es una comunidad inclusiva, y es importante para nosotros que su estudiante se sienta bienvenido aquí.

Hay muchas formas para que usted este involucrado con la comunidad de nuestra universidad, pero la form mas significante es en ser Padre Embajador. Padres embajadores crían conexiones entre padres, son voluntarios en eventos en la universidad, y dan consejos y apoyo para otros padres y miembros de familia en la transición para sus estudiantes a la universidad.

Nuestra familia Hornet es fuerte por que la comunidad nos apoya, y esa comunidad incluye usted. El éxito de nuestros estudiantes son nuestra prioridad, y tenemos servicios para asistir los académicamente, mentalmente, físicamente, y en finanzas, sabemos que no hay mejor apoyo que de la familia y las personas que los quieren.

Su estudiante esta empezando una etapa emocionante. Espero verlos pronto, virtualmente por ahora, y en la universidad en el futuro, tomando un rol activo en este tiempo en la vida de su estudiante. ¡Bienvenidos a la familia Hornet y Stingers para riba!

Sinceramente,

Robert S. Nelsen
President

Puntos de orgullo del campus

Programa de becarios del Capitolio

El programa Capitol Fellows, reconocido a nivel nacional, coloca a los recién graduados en becas en las ramas legislativa, judicial y ejecutiva del gobierno estatal, por lo que los becarios obtienen créditos de posgrado para obtener el título de Master of Public Policy and Administration de Sac State.

Centro Carlsen

El Centro Carlsen para Innovación y Emprendedurismo es el centro para que los estudiantes innoven y practiquen el espíritu empresarial con programas profesionales en toda la región de Sacramento.

Atletismo

Los 19 equipos intercolegiales de Sacramento State juegan en el nivel de la División I. Académicamente, los estudiantes atletas del estado de Sacramento en promedio tienen un GPA más alto que el cuerpo estudiantil general y se gradúan a un ritmo mayor.

El WELL

El WELL es el hogar del centro recreativo de Sac State, que apoya el bienestar de los estudiantes y el personal a través de actividades físicas y sociales. Se asocia con ASI Peak Adventures y los Servicios de asesoramiento y salud estudiantil para ayudar a los estudiantes a priorizar su bienestar personal junto con el éxito académico.

Complejo Científico Ernest E. Tschannen

Con su gran inauguración en otoño de 2019, el Complejo Científico Tschannen presenta nuevos laboratorios de biología, química e ingeniería, así como un Planetario y Observatorio, perfecto para las excursiones de los visitantes.

Veteranos

Sac State sirve a una población de veteranos y dependientes estudiantiles de más de 1,300 estudiantes.

Estudiantes con niños

Más de 3,500 estudiantes en el estado de Sacramento tienen hijos o dependientes.

ASI Food Pantry

La despensa de alimentos de ASI ofrece a los estudiantes con inseguridad alimentaria alimentos y artículos de aseo gratuitos. Los artículos se pueden recoger una vez por semana con una OneCard válida y se les pueden asignar valores de puntos. Los estudiantes tienen 16 puntos semanales. asi.csus.edu/programs/food-pantry

Institución de Servicio Hispano (HSI) e Instituciones de Servicio para Nativos Americanos Asiáticos Nativos del Pacífico (AANAPISI)

Sac State tiene ambas designaciones federales. HSI significa que servimos al menos al 25 por ciento de estudiantes hispanos de pregrado equivalentes a tiempo completo; La designación de AANAPISI significa que servimos al menos al 10 por ciento de los estudiantes universitarios asiáticos o nativos americanos de las islas del Pacífico. Estas designaciones hacen que nuestro campus sea elegible para ciertos fondos federales del Departamento de Educación de EE. UU.

Belleza natural

Nuestro hermoso campus tiene más de 3,000 árboles y está designado como un "Campus Nacional de Árboles". El campus está situado junto a más de 25 millas de senderos a lo largo del río American.

Perfil Del Campus*

Estudiantes

31K+
Inscripción

56%
Mujer

44%
Hombre

46%*
Estudiantes elegibles para Pell

90.6%
De licenciatura

9.3%
Graduado

30%
Primera generación

Facultad

765
Facultad de tiempo completo

1,083
Facultad de medio tiempo

1:25
Facultad-estudiantes ratio

20–29
Tamaño medio de la clase estudiantes

*Estudiantes de bajos ingresos que son elegibles para recibir subvenciones federales basadas en la necesidad
**https://www.csus.edu/president/institutional-research-effectiveness-planning/dashboards/enrollment.html

Etnicidad

32.3%
Hispanos

25.7%
Blanco

20.8%
Asiático americano

15%
Otro/Multirracial

5.9%
Afroamericano

0.3%
Indio americano

Programas ofrecidos

58

Especializaciones de pregrado

Más populares:
psicología, estudios de comunicación, pre-enfermería, biología, justicia penal

41

Programas de posgrado

Más populares:
formación docente, trabajo social, informática, enfermería, fisioterapia

Matrícula y tarifas
por semestre **

Estudiantes universitarios

$2,478 *(6 o menos unidades)*
$3,684 *(6.1+ unidades)*

Programa de credenciales

$2,745 *(6 o menos unidades)*
$4,143 *(6.1+ unidades)*

Post-Bachillerato

(incluye 2do bachillerato)

$2,895 *(6 o menos unidades)*
$4,401 *(6.1+ unidades)*

* Del "Conjunto de datos comunes del estado de Sacramento - 2018" y del "Tablero de control del éxito estudiantil de CSU" 26/03/20 para Sacramento:
https://csusuccess.dashboards.calstate.edu/public/csu-by-the-numbers/student-populations

** Matrícula y tarifas obligatorias del campus por semestre para la primavera de 2020; puede aumentar hasta un 10% el año siguiente

SAC STATE
MOM
OCM
cpm
tel 310.208.8880
cpmonesource.com

El Programa de Padres y Familias

El Programa Padres y Familias sirve a padres y familias de estudiantes matriculados y estudiantes con niños. Aunque las necesidades de estas dos poblaciones son bastante diferentes, las servimos de manera similar: promovemos información para potenciar, organizar eventos para crear roles comunitarios e interactivos dentro de la comunidad del campus y más allá, y brindar servicio al cliente para navegar por la Universidad y trabajar en problemas complejos Estas estrategias apoyan el éxito de los estudiantes y generan apoyo y buena voluntad para el campus.

Comunicaciones

Boletín informativo, mensual e-newsletter – Inscribe en persona con la tarjeta amarilla o en línea en csus.edu/parents. Publicado agosto-diciembre y febrero-mayo.

Siga nuestra página de Facebook de SacState.Parents y @ csus.families en Instagram

Servicio al cliente

Estudiantes con niños

La oficina del programa padres y familias (Lassen 2205) ofrece servicios en persona, y por teléfono y correo electrónico. Ofrecemos asesoría, referencias de recursos, abogacía, firma de documentación de Cal Works, y le ayudamos a navegar por el campus y sus oficinas, políticas y procedimientos.

Padres, familias y cónyuges/socios

Podemos ayudar con la materia simple, como localizar un numero de identificación del estudiante; o, podemos ayudar cuando una crisis de salud ocurre durante la semana final. Estamos aquí para ti. Envié un correo electrónico a parentsfamilies@csus.edu o llamé a nuestra línea de ayudar familiar al (916) 278-3399. También puede llegar al director Haley Myers Dillon en haley.myers@csus.edu o (916) 278-3399.

Creando comunidad

Estudiantes con niños

Parents & Families se esfuerza por crear un sentido de comunidad entre nuestra familia Hornet. Para aquellos de ustedes que son estudiantes con niños, organizamos eventos mensuales, tenemos una página de Facebook, nos asociamos con el Centro de Niños y estamos educando al personal y al profesorado del campus sobre quiénes son y cuáles son sus necesidades. Conectamos a los estudiantes con los niños con otros estudiantes de crianza de los hijos para cosas como días para compartir / estudiar en el cuidado de niños, compartir el viaje y tutoría entre pares. Sabemos que no siempre puede asistir a los eventos del campus, pero queremos que pueda comunicarse con nosotros y responder sus preguntas y atender sus necesidades. Nos esforzamos por ser su único punto de contacto fuera de la guardería en el campus.

Estamos trabajando para hacer mejoras para ayudarlo a sentirse como en casa en el campus. Tenemos un mapa de las habitaciones de las madres en nuestro sitio web. También se nos otorgaron dos subvenciones: una para brindar atención de estudio familiar Hornet, atención nocturna y los sábados gratis para ayudar a los estudiantes y padres a estudiar durante los exámenes parciales y finales (ver www.tinyurl.com/hornetfamilystudycare); y otro para tener 10 estaciones de cambio de pañales instaladas en todo el campus en 2019.

Cuéntenos sobre su experiencia como estudiante-padre en Sac State, y háganos saber lo que necesita. Puede suscribirse a los servicios o simplemente suscribirse para recibir nuestro boletín electrónico en csus.edu/parents y hacer clic en "estudiantes con niños".

Recursos para estudiantes con niños

Papeleo de Cal Works Programa

Padres y Familias Lassen 2205
de lunes a viernes de 9 a.m. a 5 p.m.
parentsfamilies@csus.edu
csus.edu/parents

Centro de niños

Cuidado de niños a bajo costo y sin costo, dependiendo de los ingresos y la disponibilidad. Aplicar en persona; Tarifa de $10. asi.csus.edu/programs/childrens-center

Espacio de estudio familiar

Biblioteca - llave en la recepción, primer piso

Habitaciones de la madre

- Amador 500
- Centro infantil - sala de cuidados especiales
- Sequoia 303
- Unión Universitaria – primero y segundo piso; llaves en el mostrador de información

Apoyo para padres, familiares y cónyuges / parejas

Las familias, los padres y los cónyuges / parejas son el sistema de apoyo para nuestros estudiantes. Cuando se vuelven hacia usted, puede recurrir a nosotros. Hay muchas oportunidades para conectarse y unirse a nuestra comunidad en el campus, en línea o en espíritu. En el campus, organizamos eventos como Orientación, Fin de semana familiar y Llamadas mensuales al ayuntamiento. Tenemos un grupo para eventos alegres como la carrera divertida El WELL 5k, y Sac State invita a las familias a eventos deportivos como los juegos de béisbol. También organizamos el Día del Éxito Académico Estudiantil, la Casa Abierta y el comienzo.

Los padres mentores profesionales comparten experiencia profesional a través de oportunidades de tutoría de un día como STRONG: Hornets Imagine Tomorrow's Solutions (una competencia académica similar al programa de televisión "Shark Tank"; ver csus.edu/strong) y Speed Mentoring. El Programa UMentor empareja a los padres con alumnos aprendices durante un año.

Padres Embajadores

Aury Gutierrez-Zavala, Elk Grove

Aury Gutiérrez-Zavala tiene dos hijos que asisten a Sac State. Su hija, Andreya, está especializando en Desarrollo Infantil y Brendon se está especializando en Kinesiología. ¡Aury también es un avispón! Recibió su licenciatura y maestría de Sac State. Aury habla inglés y español. Hágale una pregunta a agutierrez@shcs.ucdavis.edu.

Armando and Brenda Rosales, Oxnard

La hija de Armando y la hijastra de Brenda, Alyssah Rosales, se está especializando en justicia penal y química y entrará a su cuarto año en Sac State. Brenda es una embajadora de padres por que le quiere modelar a Alyssah como participar y estar involucrada en Sac State. Mando quiere que los padres se sientan cómodos y seguros de que su hijo y su familia seleccionaron la escuela adecuada. Envíe un correo electrónico a Brenda a bramire86@gmail.com y a Mando a armando.rosales@ftr.com. Hablan inglés y español.

Jeff Ingles, Citrus Heights

Jeffrey y su esposa Brenda tienen dos hijos que asisten a la California State University, Sacramento. Su hijo se graduó en 2018 con su B.A. en Desarrollo Infantil y ahora está trabajando para completar su Maestría en Educación. es un estudiante de tercer año en desarrollo infantil y está en el Programa de Honores. Su hija es una estudiante de primer año con especialización en biología y también está en los programas de honores para postularse a la escuela de veterinaria con su B.S. en ciencias biológicas. Ambos estudiantes viven en casa y viajan al campus. Jeffrey es un graduado de Sac State de 1982 y miembro vitalicio de la Asociación de Antiguos Alumnos. Haga una pregunta aquestion a Jeffrey en ingles1958@gmail.com.

John and Jodean Giese, La Crescenta

John y Jodean viven en el sur de California en el Valle de San Gabriel. Su hijo Robert es un ingeniero principal que comienza su tercer año estudiando Ingeniería Eléctrica aquí en Sac State. ar. John es ingeniero, aficionado al hoyo, carpintero y entusiasta de los modelos de aviones. Le encanta ser útil para los demás y apoyar a los padres que desean ascender a posiciones de liderazgo. Jodean se complace en ayudar a los padres de Sac State de cualquier manera que pueda con los eventos y servicios del Programa de Padres y Familias. Envíe un correo electrónico a John a john@gieses.com; A Jodean le gusta cocinar y compartir sus experiencias en Sac State con otros padres. Envíe un correo electrónico a Jodean a jodean@gieses.com.

Jesus and Leslie Neri, Norwalk

Eric, el hijo de Leslie y Jesús, vive en el campus y está cursando su cuarto año en Sac State y se está especializando en ingeniería civil. Eric es el primero de su familia en asistir a la universidad. Leslie y Jesús hablan español y estarán encantados de responder sus preguntas sobre el traslado de un niño a Sacramento para la universidad. La transición de su estudiante a la vida universitaria. Envíelos por correo electrónico a leslienjez@yahoo.com y jesseneric@yahoo.com.

Keena Martin, Sacramento

La hija de Keena, Caprice, es estudiante de sociología en Sac State, y su experiencia de navegar en su nuevo campus inspiró a Keena a convertirse en Embajadora de Padres durante el año 2019-2020. Keena quiere apoyar a otros padres de Sac State mientras observan a sus propios hijos crecer como estudiantes. Envíele un correo electrónico con preguntas a martinkeena19@gmail.com.

Lisa Meline, Sacramento

Tanto Lisa como su esposo son ex alumnos de Sac State del programa de Ingeniería Mecánica; su hijo menor ahora es un estudiante de Sac State que se especializa en rendimiento de flauta. Como embajadora de padres, a Lisa le encanta ayudar a guiar a otros padres a través de las políticas y pautas de la universidad para que entiendan mejor lo que experimentan sus estudiantes en el campus. Puede enviarle un correo electrónico a lisa@meline.com.

Alojamiento

Vivir en el campus puede tener un impacto positivo significativo en el éxito académico y el crecimiento personal de su hijo. Los estudiantes que viven en el campus tienen un acceso más fácil a los recursos de la Universidad y están más comprometidos que aquellos que viven fuera del campus. Del mismo modo, los estudios realizados por expertos en retención * demuestran que los "estudiantes comprometidos" tienen más probabilidades de permanecer en la escuela que aquellos estudiantes que se sienten desconectados del entorno universitario. Vivir en el campus es una de las mejores maneras para que su hijo o hija se conecte a la Universidad y encuentre su lugar en el campus.

Costos

Los costos de alojamiento y comida y los planes de pago para el semestre y el año académico se pueden encontrar en csus.edu/housing.

La vida de vivir en una residencia

El alojamiento tiene capacidad para aproximadamente 2,100 estudiantes y consta de cinco residencias de tres pisos y un edificio de suites estilo apartamento de cuatro pisos. Todas las instalaciones de alojamiento en el campus están ubicadas en el lado noreste de la Universidad, que rodean un área central de Dining Commons y quad. Cada edificio cuenta con personal profesional y asesores residentes (RA) capacitados del personal estudiantil. Cada recepción está atendida por un asistente de escritorio del estudiante que ayuda con el correo, las solicitudes de trabajo y las preguntas.

Nuestras residencias residenciales "tradicionales" (las cinco residencias de tres pisos) están designadas principalmente para residentes de primer año, pero los estudiantes de la división superior también pueden vivir en dos de ellas (Sierra o Sutter Halls). El American River Courtyard (AMC) alberga principalmente a estudiantes que tienen un nivel de estudiante de segundo año o superior, así como estudiantes elegibles de primer año que tienen 20 años o más o que han completado 22 unidades o más.

Viviendo fuera del campus

Upper Eastside Lofts son las únicas viviendas fuera del campus afiliadas a Sac State. Está a una corta distancia a pie del campus, pero el Hornet Shuttle también puede llevar a los estudiantes hacia y desde la clase.

Hay una variedad de compañías de administración de propiedades como Nielsen, Heinrich Property

Management y más. Muchos edificios de apartamentos están cerca del campus en College Town Drive y La Riviera Drive. East Sacramento, Arden Arcade, River Park, Tahoe Park y Midtown son vecindarios donde los estudiantes pueden encontrar alojamiento. Vivir con compañeros de cuarto es más rentable que vivir solo. Los estudiantes pueden usar Roommate Finder en la aplicación móvil de Sac State para encontrar compañeros de habitación publicando o respondiendo publicaciones. Los estudiantes deben encontrar compañeros de cuarto para el semestre de otoño antes del 1 de agosto.

**The National Student Engagement Survey, 2003; Gregory Blimling, 1989; and Vincent Tinto, 1993.*

BENEFICIOS DE VIVIR EN EL CAMPUS

- Caminata corta de cinco minutos a clases y recursos del campus.
- Haz amigos para toda la vida y sé parte de la vibrante vida del campus.
- Educación, liderazgo, servicio y oportunidades sociales.
- Oportunidades de empleo
- Sistema de acceso electrónico en todas las puertas de entrada exteriores.
- ambiente libre de humo
- Recreación, instalaciones de lavandería y áreas de estudio disponibles dentro de los pasillos.
- Piscinas y canchas de tenis y baloncesto iluminadas.
- Variedad de comidas y opciones gastronómicas.
- Tienda de conveniencia en el lugar que ofrece café, jugos, sándwiches y bocadillos.
- Internet de alta velocidad y acceso a Wi-Fi y laboratorio de computación / estaciones de impresión ubicadas en todas las residencias
- Servicio de televisión por satélite (más de 120 canales)
- Películas GRATIS cada mes (Residence Life Cinema)
- Cámaras de video en todo el complejo y la oficina satélite de la policía en el sitio

SACRAMENTO STATE
Redefine the Possible